UNITED ARAB EMIRATES
MINISTRY OF EDUCATION



الإمارات العربية المتحدة
وزارة التربية والتعليم

التعلم والتقييم القائم على المشاريع – اللغة العربية

النموذج التطبيقي للسيناريو الثاني : عقلك وجسمك فريق واحد

لمعلمة اللغة العربية : عائشة الظاهري

2026- 2025

الصف	الثامن
نص السيناريو	**هل لاحظت أن جسمك يتعب أحيانًا عندما تكون قلقًا أو حزينًا، رغم أنك لست مريضا ؟** **لوحظ في عيادة المدرسة أن بعض الطلبة يزورون الطبيب بسبب التعب أو الصداع قبل الاختبارات، لكنه يخبرهم في معظم الأحيان أن أجسامهم سليمة، وأن السبب ربما يكون توترًا أو قلقًا.** **"والآن يا أبطال، حان دوركم لتكونوا صُنّاع التغيير؛ فكروا في تصميم نشرة توعوية مبتكرة، أو ابتكار جدول تمارين يومي يعيد لزملائكم توازنهم، ويحول توترهم إلى طاقة إيجابية. كيف ستبهرون المدرسة بلمساتكم؟"**
نواتج التعلم	❖ **يكتب نصوصاً تعكس وجهة نظر متماسكة، وأدلة منطقية، ونهاية واضحة موظفاً في كتابته التماسك النصي بين الفقرات من خلال عبارات انتقالية مناسبة** ❖ **يدعم وجهة نظره باقتباسات وآراء أصحاب الاختصاص، والمقارنات والإحصاءات، وغيرها** ❖ **يستخدم استراتيجية تسجيل الملاحظات والتخطيط والتظليل والتلخيص، لينظم مسوداته قبيل تبييضها مطبقاً آليات المراجعة** ❖ **يقترح حلولاً لمشكلات حياتية في ضوء معلومات قرأها** ❖ **يكتب تقريراً بحثياً عن فكرة أو قضية مهمة، ويطرح سؤالاً مركزياً مؤسساً لفكرة أساسية** ❖ **مركزية مطوراً الفكرة بالأدلة والأمثلة مضمناً بحثه قائمة المصادر والمراجع** ❖ **يقدم عرضاً شفوياً إقناعياً منظماً عن ظاهرة أو مشكلة يعرض فيه الأسباب والنتائج، مقترحاً** ❖ **حلاً أو أكثر، مستخدماً استراتيجيات الكلام المتضمنة ضبط التنغيم، ووضوح الصوت، وتوقيت الكلام، والاتصال البصري، معبراً عن وجهة نظره في المادة المعروضة** ❖ **يعرض نصاً معلوماتياً بأشكال مرئية أو باستخدام الوسائط المتعددة شارحاً كيف تسهم تلك المعينات في توضيح الموضوع** ❖ **يعرض النتائج طباعة وبوسائط متعددة ، موثقاً المصادر والمراجع.** *ملاحظة: سيظهر توظيف هذه النواتج في المراحل المناسبة على شكل أنشطة لغوية مدمجة في مهام المشروع (استماع – قراءة – كتابة – عرض شفهي – استخدام وسائط).*

المرحلة الأولى – المرحلة الفرعية: فهم الوضع (الأسبوع الأول / حصتان)			
الهدف: توجيه الطلبة إلى فهم المشكلة المتمثلة في الدراسات التي تشير إلى أن كثيراً من الشباب حول العالم يواجهون ضغوطاً كبيرة مرتبطة بالدراسة والعلاقات الاجتماعية ومستقبلهم، وهي ضغوط قد تؤثر في تركيزهم ودافعيتهم وسعادتهم؛ وتمكينهم من استنباط العلاقة الوثيقة بين الصحة النفسية والاستجابات الجسدية، ليتمكنوا من ابتكار حلول عملية وتوعوية تساهم في تعزيز مرونتهم النفسية وتحويل التوتر إلى طاقة إيجابية تخدم نجاحهم وتوازنهم.			
دور المعلّم والإجراءات الرئيسة	دور الطالب والمهام التعليمية	الأدلة في ملف الطالب	الحصة / الوقت
1- تقديم مفهوم التعلم والتقييم القائم على المشاريع وتوضيح الخطوات التي سيقوم بها الطلبة على مدار الأسابيع الستة كنبذة عامة عن المشروع بأكمله. يركز المعلم هذا الأسبوع على توضيح المرحلة الأولى والهدف من هذه المرحلة. :توجيهات من المعلم يقدّم المعلّم مدخلاً تفاعلياً يطرح فيه التساؤلات التي :: تمس واقع الطلبة، ويطرح السؤال الموجّه للمرحلة في هذا المشروع سنبحث معًا: ن خلال ملاحظتكم، ما« هي أكثر المواقف المدرسية التي تسبب "تعباً جسدياً" للطلاب رغم سلامتهم طبياً؟ هل تلاحظون أن بعض الطلاب يتحملون الضغوط أكثر من غيرهم؟ ما هو سر "المرونة النفسية" لديهم؟ • **التمايز:** 1. أسئلة للطلبة (دون مستوى الإتقان) **الهدف: الربط الحسي المباشر بين الشعور ومكان الألم في الجسم.** **السؤال الأول: عندما تشعر بالخوف من "كلب ضال" أو "امتحان مفاجئ"، أين تشعر بالنبض السريع؟ (ضع يدك على المكان: القلب، الرأس، أم البطن؟).** **السؤال الثاني: ارسم دائرة حول أجزاء الجسم التي "تتصلب" أو "تؤلم" عندما تبكي أو تحزن (العين، الحلق، الصدر، أم المعدة؟).** **السؤال الثالث: من خلال ملاحظتك لزملائك في عيادة المدرسة، ما هو العرض الجسدي**	في بداية الحصة، يستمع الطلبة إلى مقدمة المعلم حول المشروع ويتفاعلون مع الأسئلة التمهيدية عن المشروع بأكمله، بعد أن يكونوا قد اختاروا السيناريو الذي سيبحثون فيه. يجيب الطلبة عن أسئلة المعلم حول مقدمة موضوع السيناريو، لتحديد المعرفة السابقة حول الموضوع.	- نسخة من السيناريو ملوّنة أو محدد فيها الجمل الدالة على المشكلة. - ملاحظات قصيرة أو بطاقات تلخيص للفكرة الرئيسة والمشكلة. - رسم تخطيطي يوضح: ماذا يقول الطلاب؟ ماذا يفعلون؟ بماذا يشعرون؟ وماذا يسمعون في بيئتهم؟	

الأكثر تكراراً الذي تسمعه منهم؟ (صداع، ألم بطن، أم تعب عام؟). 2. أسئلة للطلبة (ضمن مستوى الإتقان) **الهدف: فهم العلاقة التفاعلية (السبب والنتيجة) بين الضغط النفسي ورد الفعل الجسدي.** **السؤال الأول: لماذا يخبر الطبيب بعض الطلاب أن "أجسامهم سليمة" رغم أنهم يشعرون بـ "ألم حقيقي" في بطونهم قبل الاختبار؟ ما الذي يحاول الجسم قوله هنا؟** **السؤال الثاني: صف كيف تتغير "لغة جسد" زميلك (طريقة وقوفه، نبرة صوته، حركة يديه) عندما ينتقل من حالة "اللعب والمرح" إلى حالة "انتظار دورة في الإذاعة المدرسية"؟** **السؤال الثالث: برأيك، كيف يؤدي القلق المستمر من الواجبات المدرسية إلى شعور الطالب بـ "الخمول أو الرغبة في النوم" طوال النهار؟** 3. أسئلة للطلبة (فوق مستوى الإتقان) **الهدف: التحليل العلمي، استنتاج الأنماط، وربط المفاهيم المعقدة (المرونة العصبية والنفسية).** **السؤال الأول: حلل مفهوم "رسائل التحذير الجسدية": كيف يمكن لآلام المعدة قبل التحدث أمام الجمهور أن تكون "آلية دفاع" قديمة برمجها الدماغ لحمايتنا من المواقف الاجتماعية الضاغطة؟** **السؤال الثاني: قارن بين طالبين واجها نفس الدرجة الضعيفة في الاختبار؛ أحدهما أصيب بصداع نصفي، والآخر قرر ممارسة الرياضة لتفريغ غضبه. ما الذي يفسر اختلاف "الاستجابة الجسدية" للضغط النفسي بينهما؟** **السؤال الثالث: استنتج الرابط بين "المرونة النفسية" وكفاءة الجهاز المناعي؛ هل تعتقد أن الطلاب الأكثر تفاؤلاً وقدرة على إدارة قلقهم هم أقل عرضة للأمراض الجسدية الموسمية؟ ابحث عن أدلة تدعم وجهة نظرك.**				
2. قراءة السيناريو وتحليل مضمونه	يقرأ الطلبة نص السيناريو ضمن مجموعات صغيرة،	ورقة عمل أو بطاقة جماعية تتضمن قائمة بأسئلة		

• يوزع المعلم نص السيناريو على المجموعات، ويطلب منهم القراءة الجماعية مع تحديد الجمل التي تصف المشكلة. • يطرح المعلم أسئلة موجّهة: o ما الذي حدث في الموقف؟ (استجابة الجسد للمشاعر السلبية قبل الاختبارات). o ما الذي لاحظه الطلبة في العيادة؟ (أن الفحوصات الطبية سليمة، لكن الألم حقيقي وسببه نفسي). o ما الفكرة الرئيسة؟ (العقل والجسم فريق واحد، وما يشعر به العقل يترجمه الجسم). o ما التحدي الذي نواجهه؟ (كيفية إدارة الضغوط النفسية لتحسين الأداء الدراسي والحفاظ على سلامة الجسد). **التمايز:** • **دون مستوى الإتقان:** استخدام نسخة مبسطة من السيناريو تعتمد على الربط البصري؛ حيث يتم تمثيل الأعراض الجسدية (صداع، ألم معدة) والمشاعر (خوف، قلق) باستخدام رموز أو صور توضيحية، مع التركيز على مفردات أساسية مثل: (فريق واحد – رسائل الجسم – شعور). • **ضمن مستوى الإتقان:** تلخيص الجوهر التفاعلي بين العقل والجسد في سؤال بحثي محوري مثل: "كيف تترجم أجسامنا مشاعرنا الخفية إلى آلام ملموسة، وكيف يؤثر ذلك على أدائنا المدرسي؟". • **فوق مستوى الإتقان:** تحليل الجذور العميقة والأنماط الحديثة التي تزيد من الفجوة بين العقل والجسد، مثل: تأثير "المثالية الزائدة" في وسائل التواصل الاجتماعي على صورة الجسد، أو كيف تساهم العزلة الرقمية في زيادة حساسية أجسامنا للتوتر النفسي مقارنة بالأجيال السابقة.	ويعملون معًا على تحديد الجمل التي تصف المشكلة الأساسية والفكرة الرئيسة في السيناريو. ملخص للمشكلة: يصوغ الطلبة ملخصًا أوليًا للمشكلة بصيغة مختصرة مثل: "العلاقة بين التوتر النفسي وظهور الأعراض الجسدية لدى الطلاب". يناقش الطلبة مع زملائهم مضمون السيناريو، ويتبادلون الخبرات الشخصية حول "اللغة السرية" لأجسامهم، ويضعون مجموعة من الأسئلة الاستكشافية التي تساعدهم على فهم أبعاد المشكلة بعمق، مع التركيز على الاستقصاء بدلاً من الحلول. أمثلة على أسئلة موجهة: ما هي الأعراض الجسدية الأكثر شيوعاً التي تشعر بها قبل "موقف ضاغط" (مثل: الصداع، رجفة اليدين، ألم المعدة، أو ضيق التنفس)؟ هل لاحظت أن آلامك الجسدية تختفي فجأة بمجرد زوال سبب القلق؟ صف ذلك الموقف. برأيك، هل يساعد التحدث عن مخاوفك للمعلم أو الصديق في تقليل التعب الذي تشعر به في جسدك؟ المنتج المتوقع: قائمة أسئلة استبيان (استقصاء) مصممة من قبل الطلاب، تهدف إلى رصد الظواهر الجسدية الناتجة عن القلق لدى زملائهم في المدرسة، ليتم استخدامها كأداة لجمع البيانات في المرحلة القادمة.	الاستقصاء. ينتجون قائمة أسئلة استقصاء تمهّد لجمع المعلومات في المرحلة التالية. ملاحظات فردية تعبّر عن تساؤلات الطالب الشخصية حول المشكلة. خريطة (ما أعرفه – ما أريد معرفته).	
3. دعم عملية الاستقصاء دون تقديم الحلول يوضح المعلم أن الهدف الحالي هو "فك شفرة اللغة المشتركة" بين العقل والجسد، وفهم لماذا يرسل الجسم إشارات الألم في المواقف الضاغطة، بدلاً من التفكير في كيفية التخلص من الألم الآن. يوجه النقاش بأسئلة استقصائية تعمق فهم الطلاب للرابط الحيوي بين النفس والجسد: «لماذا يظهر الألم في أجسامنا رغم أن الفحوصات الطبية تؤكد سلامتنا؟ ما الذي يحاول الجسد إخبارنا به	تحليل الأسباب والسياقات المرتبطة بالمشكلة في هذه المرحلة، ينتقل الطلبة من ملاحظة "الألم" إلى البحث في "الجذور". الهدف هو فهم لماذا ينهار "التوازن" بين العقل والجسد لدى البعض بينما يصمد لدى آخرين. الإجابة عن أسئلة المعلم: يشارك الطلبة في جلسات عصف ذهني للإجابة عن التساؤلات التي تربط بين نمط حياتهم واستجابات أجسامهم الفيزيولوجية.	خريطة ذهنية توضح أسباب تراجع الحكايات وآثارها. قائمة بالأسباب المحتملة مع أمثلة من الواقع. ملاحظات مكتوبة من نقاش المجموعة.	

ولم نستطع قوله بالكلمات؟» «هل تعتقدون أن "الجو العام" في الفصل (مثل نبرة صوت المعلم، أو صمت الزملاء) يمكن أن يسبب تشنجاً في العضلات أو صداعاً لبعض الطلاب؟ وكيف يحدث ذلك؟» «ما الذي يجعل طالبين يواجهان نفس الامتحان، أحدهما يشعر بمغص شديد والآخر يشعر بهدوء تام؟ ما الذي يدور في عقل كل منهما ويؤثر على جسده؟» «كيف تؤثر فترات الراحة (الفسحة) أو ممارسة النشاط البدني على "مستوى الألم" أو التعب الذي تشعرون به خلال اليوم الدراسي؟» «لماذا نشعر أحياناً بـ "ثقل في الأكتاف" أو "رغبة في البكاء" عندما تتراكم علينا الواجبات، رغم أن الواجب عمل عقلي وليس عضلياً؟» **التمايز:** • **دون مستوى الإتقان:** تزويد الطلبة بـ "مخطط الجسم والمشاعر" المصور؛ لمساعدتهم على ربط المواقف المدرسية الضاغطة بالعرض الجسدي الناتج عنها (مثال: امتحان ↔ ألم بطن، إلقاء كلمة ↔ تعرق ورجفة)، وتعبئة مخطط بسيط يحدد أماكن الألم الشائعة في الجسم عند الشعور بالخوف أو القلق. • **ضمن مستوى الإتقان:** تحليل البيانات التي تم جمعها من الزملاء حول الأوجاع الجسدية وصياغتها في "قائمة أعراض نفس-جسدية" واضحة، مع شرح العلاقة السببية بين ضغوط الاختبارات أو العروض التقديمية وبين لجوء الطلاب المتكرر لعيادة المدرسة رغم سلامتهم طبياً. • **فوق مستوى الإتقان:** تصنيف التحديات إلى أبعاد تفصيلية (أبعاد فسيولوجية: كالهرمونات ونبض القلب، أبعاد نفسية: كالقلق من الفشل، أبعاد بيئية: كإضاءة القاعات وضجيجها)، وربط هذه التحديات بتأثيرها طويل المدى على "النمو الجسدي السليم" و"الاستقرار الدراسي"، مع تقديم قراءة تحليلية للاختلاف بين رؤية الطالب لألمه (كألم عضوي حقيقي) ورؤية الطبيب أو المعلم (كعرض ناتج عن التوتر).	وضع قائمة بالمزيد من الأسئلة للمرحلة اللاحقة: يستنتج الطلبة أسئلة بحثية جديدة مثل: (هل يمكن لتمارين معينة أن تفصل بين القلق وألم المعدة؟ هل يؤثر نوع الطعام الذي نتناوله على مدى شعورنا بالصداع وقت الاختبارات؟). أسئلة موجهة للنقاش: "لماذا لا يمرض بعض الطلاب جسدياً رغم تعرضهم لنفس ضغوط الامتحانات؟ ما هي 'الدرع النفسية' التي يملكونها وتفتقدها أجسام الآخرين؟" "ما أثر السهر خلف الشاشات ومنصات التواصل على قدرة أجسامنا على تحمل التوتر الدراسي؟ هل تضعف التكنولوجيا 'فريقنا' (العقل والجسد)؟" "كيف تؤثر المقارنات التي نراها في وسائل التواصل الاجتماعي على شعورنا بـ 'الثقل والإرهاق' حتى دون بذل مجهود بدني؟" "إلى أي مدى تساهم العزلة الرقمية في جعلنا أكثر حساسية للألم الجسدي عند مواجهة الجمهور أو الزملاء في الواقع؟" المهمة: يناقش الطلبة هذه الأسئلة ضمن مجموعاتهم، ويركزون على استخراج "أسباب فقدان التوازن الجسدي"، ويكتبون مسببات تدعم الصحة النفسية والجسدية معاً، مع ربطها بأمثلة واقعية من حياتهم المدرسية (مثل: الخوف من الفشل، ضغط الوقت، جودة النوم). المنتج المتوقع: خريطة ذهنية تشرح "شبكة الارتباط" بين العقل والجسم، توضح الأسباب التي تؤدي لظهور الألم الجسدي، والعوامل التي تقوي المرونة النفسية لدى الطلاب.		
4. توثيق النتائج الفردية ثم النقاش الجماعي • يطلب المعلم من كل طالب أن يدوّن ملاحظاته في ملفه، مستخدمًا عبارات مثل: o "لاحظت أن ضغوط الدرجات تجعل زملائي	تحديد منهجية جمع المعلومات وكتابة الأسئلة ذات الصلة بصفتكم فريقاً بحثياً طلابياً، يتمثل دوركم في التحول إلى "مستكشفين صحيين" للبحث عن الأسباب الخفية	خطة قصيرة أو جدول يوضح مصادر المعلومات والأسئلة التي سيستخدمها الطالب أو الفريق. قائمة بالمصادر التي ينوي الرجوع إليها (أشخاص – مواقع –	

يشعرون بصداع مستمر وفقدان للشهية قبل الاختبارات." o "أريد أن أعرف لماذا يظهر التوتر على شكل ألم في المعدة تحديداً، وكيف يمكننا التمييز بين الألم العضوي والألم الناتج عن القلق؟" o "أفكر في تصميم (ركن الاسترخاء) في المكتبة المدرسية، حيث تتوفر موسيقى هادئة وتمارين تنفس للطلبة قبل العروض التقديمية." o "ثم يُدير المعلم نقاشًا جماعيًا لتبادل الأفكار وتوحيد الفهم. **التمايز:** • **دون مستوى الإتقان:** يستخدم الطالب "ملصقات الوجوه التعبيرية" (Emojis) لوصف حالة زملائه، ويربطها برسم بسيط لمكان الألم (مثلاً: وجه قلق بجانب صورة للمعدة)، مع كتابة جملة بسيطة مثل: "أشعر بالخوف فتعجز يدي عن الكتابة". • **ضمن مستوى الإتقان:** يكتب الطالب تقريراً قصيراً (من 3 إلى 5 أسطر) يربط فيه بين "الموقف الملاحظ" و"التأثير الجسدي والدراسي"، مثل: "عندما يزداد ضغط الواجبات، لاحظت أن تركيزي يقل بسبب الصداع، مما يجعلني أحتاج وقتاً أطول للفهم". • **فوق مستوى الإتقان:** يقوم الطالب بتصميم استبيان رقمي أو ورقي يوزعه على عينة من أقرانه لجمع بيانات حول "أكثر الأوقات توتراً في المدرسة"، ثم يكتب تحليلاً نقدياً يقترح فيه تغييرات في "ثقافة المدرسة" (مثل: المطالبة بتقليل الاختبارات المفاجئة أو زيادة حصص النشاط البدني) لتعزيز الرفاه النفسي والجسدي للجميع.	وراء التعب الجسدي الناتج عن القلق. عليكم اختيار الأداة الأنسب لجمع أدلتكم العلمية والميدانية. خيارات المهمة (اختر واحدة أو أكثر): مقابلة الخبراء: التوجه إلى المرشد الأكاديمي أو ممرض المدرسة لفهم الحالات المتكررة التي تزور العيادة وقت الاختبارات. الاستقصاء الرقمي: البحث في المواقع الطبية الموثوقة أو مشاهدة مقاطع فيديو تعليمية تشرح "رابطة العقل والجسم" (Mind-Body Connection). البحث المكتبي: الرجوع إلى المجلات العلمية أو الكتب في مكتبة المدرسة لاستخراج حقائق حول هرمونات التوتر وتأثيرها. الاستبيان الميداني: تصميم نموذج سريع (ورقي أو إلكتروني) يُوزع على الزملاء في الفسحة لرصد العلاقة بين ضغط الدراسة وظهور آلام معينة. المنتج المتوقع: خطة قصيرة يضعها الفريق تتضمن: أسلوب جمع المعلومات، المصادر المحتملة، والأسئلة التي سيستخدمونها.	كتب). نموذج للمقابلة أو استمارة جاهزة لتدوين الملاحظات.		
5. الملاحظة والتغذية الراجعة • يقوم المعلم بدور الميسّر عبر تزويد الطلبة بكتب رسمية أو "بطاقة تعريفية" تسهّل مهمتهم عند إجراء المقابلات مع ممرض المدرسة أو المرشد، ويساعدهم في اختيار المنصات الرقمية الموثوقة للبحث. • يتجول المعلم بين المجموعات أثناء تحليلهم لنتائج الاستبيانات أو قراءة المصادر، ويقدم توجيهات فورية تساعدهم على ربط "العَرَض الجسدي" بـ "السبب النفسي" بشكل علمي دقيق. • تعزيز المشاركة: يحرص المعلم على تحفيز الطلبة	جمع المعلومات وتوثيقها في ملف الطالب المهمة: يبدأ الطلبة بجمع معلومات من المصادر التي اختاروها، ويسجلون ما تعلّموه في ملفاتهم الفردية. المعلومات التي يمكن جمعها: • أبرز الضغوط النفسية الشائعة: تحديد قائمة بالمواقف المدرسية التي تترجم إلى آلام جسدية (مثل: رهبة الوقوف في الإذاعة، ضغط درجات التقييم المستمر، أو القلق من الاندماج الاجتماعي).	• ورقة ملخص للمقابلة أو البحث أو الاستبيان • صور أو روابط لمصادر قصصية. • بطاقات ملاحظات فردية توثّق ما تم جمعه. • فقرة قصيرة بعنوان: *"ما الذي تعلّمته من البحث عن موضوع عقلك وجسمك فريق واحد ؟*		•

الأقل تفاعلاً وتقديم تغذية راجعة إيجابية تعزز من ثقتهم عند طرح أفكارهم حول المشاعر الشخصية. أسئلة تغذية راجعة مقترحة: ما هي أكثر الأعراض الجسدية (مثل الصداع أو ألم البطن) التي اكتشفتم أنها مرتبطة بالتوتر النفسي ولم تكن تخطر ببالكم سابقاً؟" كيف يمكن أن تتغير الأجواء في ساحة المدرسة أثناء الفسحة إذا طبقنا حلولاً عملية لتفريغ الطاقة السلبية بدلاً من المشاحنات؟" "ما هي العقبة الأكبر التي قد تمنع زملاءكم من الاعتراف بشعورهم بالحزن أو القلق للمسؤولين، وكيف يمكن لمبادرتكم أن تجعل طلب المساعدة أمراً طبيعياً وشجاعاً؟" كيف تضمنون أن الحل الذي صممتموه (مثل ركن الاسترخاء) سيكون مستداماً ويستخدمه الطلاب فعلياً وليس مجرد فكرة نظرية؟" **التمايز:** • **دون مستوى الإتقان:** اذكر موقفاً واحداً في المدرسة يجعل دقات قلبك تتسارع أو تشعر بصداع (مثل: الاختبارات، الإذاعة). • ما هو التصرف السريع والبسيط الذي يمكنك فعله عند الشعور بالغضب لتجنب المشاحنات؟ • عدد ثلاثة أعراض جسدية قد تظهر عليك عندما تشعر بالخوف. • **ضمن مستوى الإتقان: أسئلة** كيف يؤثر التوتر الناتج عن ضغط الدرجات على تعامل الطلبة مع بعضهم البعض في الساحة المدرسية؟ • ما الرابط بين الخسارة في مباراة رياضية مدرسية والشعور بالإحباط العام الذي قد يمنع الطالب من الدراسة في ذلك اليوم؟ • لماذا يختفي الألم الجسدي (مثل ألم المعدة) غالباً بمجرد انتهاء الموقف المسبب للقلق (مثل انتهاء الامتحان)؟ **فوق مستوى الإتقان:** كيف يمكننا إعادة تصميم اليوم الدراسي لتحويل المدرسة من "مصدر للضغط والتوتر" إلى "بيئة داعمة للتعافي والنمو النفسي"؟ كيف يمكن توظيف الذكاء الاصطناعي أو التطبيقات الرقمية لمراقبة الحالة المزاجية للطلبة وتقديم نصائح وقائية فورية قبل وصولهم لمرحلة الإرهاق	• مؤشرات الحالة النفسية لدى الزملاء: رصد العلامات الجسدية والسلوكية التي تظهر على الطالب المحتاج للدعم (مثل: الصداع المتكرر، قضم الأظافر، هز الأرجل بتوتر، أو فقدان التركيز المفاجئ). • آراء وتجارب الطلبة (الاستبيان): جمع بيانات ميدانية حول: "هل يربط الطلاب بين ألم معدتهم والامتحانات؟" و"من هو الشخص الذي يثقون به داخل المدرسة لإخباره بمخاوفهم النفسية؟". الموارد المتاحة حالياً في المدرسة: تقييم الخدمات التي تقدمها عيادة المدرسة أو تقييم دور المرشد الأكاديمي ومدى معرفة الطلاب بوجود هذه الخدمات وكيفية الاستفادة منها. . • استراتيجيات التعامل مع المشاعر: جمع حقائق علمية مبسطة حول كيف يهدئ "التنفس البطني" الجهاز العصبي، ودور الرياضة الصباحية في تفريغ هرمونات التوتر (الكورتيزول). • المنتج المتوقع: ملاحظات فردية أو بطاقات تلخص ما جمعه الطالب من معلومات.		

الجسدي؟ لو كنت مسؤولاً عن الصحة المدرسية، ما هي السياسة التي ستضعها للتوازن بين "التحصيل الأكاديمي العالي" و"الرفاه النفسي والجسدي" للطلبة؟			
6. تعزيز التعاون والتوصل إلى فهم مشترك • يوجّه المعلّم المجموعات إلى مشاركة نتائجها ومناقشتها للوصول إلى اتفاق جماعي حول تعريف المشكلة الرئيسة. • عبارة توجيهية: «اعملوا معًا كفريق وحددوا جملة تعبّر عن المشكلة التي لاحظتموها في السيناريو، مع توضيح سبب أهميتها». التمايز: • **دون مستوى الإتقان:** يوزّع المعلّم أدوارًا بسيطة مثل (كاتب – قارئ – متحدث). • **ضمن مستوى الإتقان:** يشجّع الطلبة على المناقشة والتصويت للوصول إلى اتفاق جماعي. • **فوق مستوى الإتقان:** يمنح الطلبة المتقدمين أدوارًا قيادية مثل (منسق المناقشة – مقيّم الحجج – كاتب التقرير الجماعي).	التعاون للوصول إلى فهم جماعي للمشكلة أمثلة على أنشطة تعاونية: • مراجعة ما جمعه أعضاء الفريق ومقارنة النتائج لاختيار الأدقّ. • الاتفاق على صياغة جملة تمثّل المشكلة الرئيسة التي توصّلوا إليها. • إعداد ملخص جماعي يعرض فهمهم المشترك للمشكلة وأهميتها. بيان جماعي للمشكلة بصيغة مثل: " "الطلاب في مدرستنا يمتلكون طاقات كبيرة، لكن الضغوط الدراسية والاجتماعية المتزايدة تخلق حاجزاً من القلق، مما يتطلب إيجاد بيئة مدرسية داعمة تمنحهم الأدوات والمهارات اللازمة لإدارة مشاعرهم والتعبير عنها بوعي وثقة."	نسخة من ملخّص المجموعة أو الخريطة النهائية. ملاحظات فردية كتبها الطالب بعد المناقشة. ورقة تقييم ذاتي أو تأمل شخصي حول ما تعلّمه. فقرة تأملية بعنوان "ما الذي تعلّمته من هذه المرحلة؟" إجابات مكتوبة على أسئلة التأمل.	
المهارة المركّزة في هذه المرحلة: البحث والاستقصاء يسهّل المعلم عملية التأمل الجماعي بطرح أسئلة مثل: • "ما هي الضغوطات اليومية الأكثر تكراراً التي لاحظها فريقكم بين الزملاء (سواء في طوابير الصباح، داخل الصفوف، أو أثناء المنافسات الرياضية في الملاعب)؟" • "بناءً على جمعكم للمعلومات، ما هي الأسباب الكامنة وراء شعور الطلبة بالتوتر الجسدي أو العزلة؟ هل هي مرتبطة حصرياً بالأداء الأكاديمي، أم أن هناك عوامل أخرى كالتنمر أو صعوبة التعبير عن المشاعر أمام الأقران؟" في نهاية هذه المرحلة، يصل الطلبة إلى فهم مشترك للمشكلة: "يواجه العديد من زملائنا في المدرسة ضغوطاً نفسية صامتة تترجم إلى آلام جسدية وإرهاق يؤثر في جودة حياتهم الدراسية وعلاقاتهم الاجتماعية. لقد وجدنا أن هناك فجوة واضحة بين شعورهم بهذه الضغوط وبين قدرتهم على إدارتها أو امتلاك الشجاعة لطلب المساعدة؛ لذا نحن بحاجة إلى ابتكار حلول وبيئة مدرسية داعمة تحول (المدرسة) من مجرد مكان للتحصيل العلمي إلى منصة للتمكين النفسي والتوازن العاطفي، حيث يكون العقل والجسم فريقاً واحداً قوياً."			

التقييم: نقطة التحقق الأولى (فهم الوضع): تأكد من تقييم قدرة كل طالب على "توليد أسئلة استقصائية وجمع المعلومات الأساسية من المصادر." وذلك استنادًا إلى الأدلة الملاحظة داخل الصف وما جمعه الطلبة في ملف الطالب. نقطة التحقق الثانية (التعاون): تأكّد من تقييم قدرة الطلبة على التعاون بفاعلية مع زملائهم من خلال ملاحظة سلوكهم داخل الصف. نطاقات التقييم: أقل بكثير من المعيار (1-2) مبتدئ (3-4) في طور التطور (5-6) متقن (7-8) متفوق (9-10)	
**جميع النقاط المدرجة في دور المعلّم ودور الطالب وأدلة التقييم هي مقترحات مرنة، ولا يُشترط تنفيذها جميعًا. يمكن للطالب أن يقدّم دليلًا واحدًا أو أكثر يناسب طبيعة عمله في المرحلة.*	

ملاحظة: يُترك تحديد الوقت المخصّص لكل جزء من المرحلة وآلية إدارتها لتقدير المعلّم، بما يتناسب مع طبيعة الصف